

## 気功をめぐるの雑感

定 方 昭 夫

(長岡大学教授)

### 1

本学主催の市民向け公開講座で「気功入門」を担当してもう何年になるだろうか？手元に資料がないので、正確なことを記せないが、15年近くになるといってもあながち間違いともいえないであろう。

若いころはヨーガを習ったこともあるが、師事したヨーガは瞑想が主で、出来の悪い不肖の弟子たる筆者は見事に落第してヨーガから離れたといつてよい。

札幌から新潟に戻って数年して、その頃仙道と銘うった本を立て続けに出版していた若手気功師 T 氏の東京での講習会に月 1 回通うことにした。ユング派の夢分析を受けたことをキッカケに、「気」というものが宇宙・人間を理解するキー・ワードであるという閃きを得た結果、「気」を練る「気功」をやるに如かずという考えをもっていったからである。T 師の主催する合宿(伊勢・四国)にはまじめに出席した。或る時会に行くと「今日は撮影です。」といわれ、バスで連れて行かれたお茶の水の湯島聖堂の一角でイロイロの形を練功している所をとられて、出演料はお弁当 1 ケということもあった。(その時のシーンはビデオとなって販売されたそうだが、出演した筆者は残念ながら見ていない。)だが或る日行ったら、「次回は〇月〇日から 3 日間。参加費は 30 万円(宿代なし)」とのことなので、こりゃダメだ、とこちらから縁を切ることにした。

その後自分なりに「気功」関連の本に目を通していたが、思わぬ所から新たな縁が出来た。長らく師事していた湯浅泰雄先生(1925~2005、哲学者和辻哲郎の一番弟子。ビイング・ネット・プレスから全集刊行中)が中心となって、中国と日本が共同で「気と人間科学」なるシンポジウムを1988年に開催することとなったのである。折しも年 2 回の「中国観気旅行」を計画し実施中の津村喬氏(当時関西気功協会代表)から春の第 3 回観気旅行に参加しないかとの話があった。丁度観気旅行受け入れ先が、湯浅先生ご存知の王ろ生老師であり、小生が先遣隊としてシンポジウムの話を詰める仕事を兼ねて北京に行った次第である。

北京での観気旅行は筆者にとり或る意味人生のターニング・ポイントとなった。その前から中国には憧れと親しみのような気持ちを抱いていたが、中国の空気をじかに吸うことで今までとは全く違う「中迷」(中国狂い)となったといつてよい。

1988年は「辰年」であった。「辰年は気が荒れて、今年は世界的にいろいろな事故がおきるが、まじめに練功するとその荒れに乗じて功夫(気功のレベル)があがる。」と王老師に、観気旅行の帰りがけの講義でいわれ、帰って来ての 4 月 1 日からまじめに家の前の小学校のグラウンドで毎早朝気功をすることとなった次第である。

1988年秋のシンポジウム「気と人間科学」をきっかけに湯浅先生を中心とした気を研究する学際学会「人体科学会」が出来た。筆者も長岡短大・長岡大学で年次大会を開くチャンスを与えてもらった。学会を通じて様々な分野の先生方とおつきあい出来たことは何にも替えがたいものであった。

又「中国観気旅行」に参加することで、気功を通じて日本中の道友と御縁がいただけたことも忘れ難い。2005年の秋には「全国気脈の会」(気功教室をもっていたり、熱心に練功されている人達の横のつながり)を新潟の地で持ち、温泉とおいしい新潟の食と酒を味わってもらったのも嬉しい思い出である。

1988年の夏に新潟樹林気功会を立ち上げ、月の第 2・第 4(日)に朝の 7~8 時に新潟市の海岸近くのドン山の林で、後には第 1・第 3(日)に寺尾中央公園の林で雨の日も風の日も雪の日もやっけてもう 20 年以上も続いている。

王老師のお世話でもう 2 回も新潟樹林気功会主催の中国観気旅行を実施したが、とりわけ武夷山に行く前、上海

空港では、我々がバスに乗るや否や大雨と雷が鳴り、我々が降りるとパッとやむ等といったことがあった。王老師からは「会としてよくまとまっている。」とお言葉をいただいた。

長岡市では中央公民館の元市議会場の広い場所での「東洋医学」講座をキッカケに長岡気功同好会が発足し、普段は月2回の第2・第4（日）にやはり朝7～8時まで駅東口の互尊社で自主練功の会を持ち、小生も時々お邪魔している。

2006年夏に東京・京王プラザホテルで開催された「国際サイコセラピー会議 in Japan」では人体科学会主催のイベントとして中国から若手気功師張明亮老師をメインゲストとして招き、日本の心理臨床家に気功を紹介するセッションを筆者がマネージした。日本の臨床心理学界に向けて、正式に気功を発信したものといえよう。

2008年の北京オリンピック、2010年の上海万博の間をぬって、2009年春の黄金週間には新潟樹林気功会主催で黄山観気旅行を計画している所である。

安徽省にある黄山は以前「中国観気旅行」で行ったこともあるが、仙境というにふさわしい山で、後からいろいろガイドブックを見ていると普通の観光コースではまず行かないところも行ったことが解った。まず日本にはないまさに中国！というにふさわしい光景と気をあじわうことができる。新潟の気功仲間にはぜひあの感激を味わっていただきたく計画したものである。今から又あの感動を新たに出来ることを楽しみにしている所である。

## 2

津村喬氏（現在気功文化研究所代表）の最新の「草津だより」で、「気功」に関する99冊の書が紹介された。単に気功のみにとどまらず関連領域にも広く目を配ったもので、それなりに参考になるものであるが、自分なりに気功の世界に触れた者として、いささか補ってみたところもあるので、以下読者の参考までに駄文を供してみたい。

中国に伝わった「導引」（気を導いて、病を引く（のぞく）技法、からだを動かす動功の多くを昔はこう呼んだ）を自分なりに改変して「導引術」と銘うって売り出したのは、早島正雄（敬称略）である。宋代の道士・陳希夷の24節氣にあわせた坐功法の1つだけを伝えるのにもう30年も前に2万円も取ったということで、技の切り売りに対してはいろいろ問題がある。会って話を聞くだけで30万円を取るというのではいろいろケチをつけられても仕方ない。筆者も生前会うチャンスを逸した。しかし、こういう意見もある。水波一郎著「大靈力」（大陸書房、1987年）によれば、中国で生まれた導引はまさに神伝というものであったが、ゆがめられた形で俗世界で広まり、日本に伝えられたものが日本流に変えられていったが、それがまさにはじめの正しいものに戻り、逆にそれが中国へと里帰りしたとある。日本の神社仏閣には密に残ったが、今の我々には殆ど目にする事が出来ないとのこと。ここで大事なのは、早島の先祖が四国の築城家であった、ということである。城を築くには氣の流れを読む風水の知識が必要であり、築城家＝風水師と言ってもよい。その意味で早島の家には「導引」の技が伝わったのではないかと推測するのである。

もう絶版であるが、「導引術入門」3部作（ゴマブックス、1980年）は小技のつまったものであるが、悪くない。又「氣の大活力」（二見書房、1986年）は先述した陳希夷の坐功を早くから紹介したということだけでなく、中国医学独特の五臓論をうまくまとめているという意味で名著といってもよい。

陳希夷の24節氣坐功を早島の「続・人間は病氣では死なない」（東京スポーツ新聞社）を見ながら実習していくと、早島のボカして書いている部分はこうしたらいいか、とアレコレ自分の体で試していくと反応がスグあったりして練功が楽しくなるというものである。

「（気功の）時代が来たから、そろそろ、天機（天の機密）を洩らしてもよいかなア。」といていた早島は残念ながら70歳過ぎで逝ってしまった。万病を治せる筈の導引の大家にそんなに早く死なれては後学の者としては何とも立つ瀬がない。まだまだ「天機を洩らして」はいけなかったのだということにしておこう。晩年の早島の言行のどれが「天機」なのか未熟な筆者にはとんと解りかねるのであるが。

本学で長らく「心理学」以外に「カウンセリング論」を担当し、初めの頃は「フロイト・ユング・ロジャース」の御三家の理論を紹介していたが、自分なりにいろいろ試していた気功を含めての東西のボディ・ワークを「ニュー・カウンセリング」と題して講義・実習したら、学生にも面白いだろうし、自分にもいろいろ勉強になるだろうということで、大学に改組した際にカリキュラムに取り入れた。

その講義の中で日本独自のボディ・ワークとして、伊藤昇「気分爽快！身体革命」(BAB ジャパン)中の「オフィス体操」を紹介した。これは短い時間で「胴体力」を鍛えるといったもので、簡単ながら効果が目に見えて出て好評のワークであった。

本書はもう10年近くも前に出版されてはいたもののなぜかスグに絶版になってしまった。

或る時シュタイナーの創始したオイリュトミーを何年も東京で勉強している長男がTELにて「伊藤先生の『気分爽快！身体革命』って本、知ってる？東京では「胴体力」のトレーニング講座が朝日カルチャーセンターで開かれていて好評だけど、本が絶版でネットでも手に入らない位貴重になってる。」というので、「それなら出た時に買って持っているよ。大学の講義でニュー・カウンセリング実習で使っているよ。」といったら、びっくりしていた。本人が読んでみたいというので、自分用にコピーして原本を息子に譲った。彼が朝日カルチャーセンターの講座に持っていった所、まわりの人からびっくりされるやうらやましがられたとのことである。

次に紹介する「ロルフイング」の本もなかなかのおすすめ本である。

アメリカ人アイダ・ロルフ女史の始めたワークなので、「ロルフイング」と称する。ロルフイングの技法公認資格のある人を「ロルファー」という。作家吉本ばな氏の夫はロルファーであった。

正式には1回1時間1万円のロルフイングの施術を10週連続して受けるのが基本とのこと。ということは10万円！かかるということになるが、おそらく次の本でかなりの部分をカバーできていると思う。

ダニエル・ミルズ著、三国ますみ訳「いちばん若くなる素顔の本」(青春出版社、1991年)はその「ロルフイング」のエッセンスを一冊の新書にまとめた好書である。長岡のCATVで放送された「気功入門講座」で本書を紹介したところ、希望者が多かったので、出版社・著者にも問い合わせたが、著者の手元にも全く余分がない、とのことであった。再販予定もないというのは、「ロルフイング」の核となる技の多くを紹介しすぎたため、とにらんでいるのだが、どうであろう？

禅には「那一点」という言葉がある。どんなに重いお寺の鐘も「ある一点」を指一本で押し続けていると必ずだんだん揺れてくるという場所(いわばツボのようなもの)があるという意味である。ロルフによれば、人間も上あごと下あごの接合部であるTMJなる顎関節を押ししたりいろいろ動かして緩めると顔もからだも変わってくるといのである。TMJの場所は針灸でいうと下関という歯痛用のつぼであるが、この場所がまさに「那一点」で、ロルフ女史のオリジナリティがそこにある。筆者も初めてミルズの本を手にして、図を見ながらワークしたところ、足の裏(湧泉、押して命の泉湧くところ)がスウーと軽くなってびっくりしたものである。

長年知り合いの方が歯のかみ合わせの診断で、特許を申請したとのこと。弁護士が「世界的発明！」と評したとのことだから、いずれ歯科治療に取り入れられることであろう。その方に話を聞くと、下関より耳寄りの聴宮というツボを測定点にしていたので、「それより下関の方がからだ全体のゆがみの診断にもよいですよ。」と申し上げたところ、「君のいう場所のほうがよいかな。」とおっしゃられたので、いずれ特許受理のあかつきには歯科にかかる日本人の多くが筆者のアドバイスしたTMJ(下関)の場所を電氣的に測定されてかみ合わせの診断がなされることとなる。日本人の健康維持に筆者のボディワーク研究の一端がお役にたつことになる、というわけである。いささか自慢話めくが、筆者の年報に寄せる原稿もこれが最初にして最後ということでお許しください。

人間は動物である。生きている限り動くことが大事である。心臓が止まれば即あの世に行くことになる。寿命がなくなるまで人間は動かなくてはならない。日常生活における挙措動作がそのまま即ボディワークになる気功的生活というのはなかなか難しい。生きていることそのものを気功的生活にすべく、やはりわれわれ凡人は一定の時間何かしら気功に限らずボディワークをしていかないと生活即気功というわけにはいかない。達人ともなればただ生きて、息をしているだけで即気功ともなろうがその境地を目指して、やはり日々練功していくしかない。ある意味この厳しい現実世界で十全に生きることが即気功ともいえる。

追記：早島正雄「導引術入門」の三部作、「いちばん若くなる素顔の本」、「気分爽快！身体革命」は大学図書館に所蔵されています)